



## Journée – Forêt de Grésigne et Puycelsi (81)

Dimanche 22 novembre 2020

*Une journée à partager entre personnes en situation de handicap physique ou sensoriel et personnes valides*

### FICHE TECHNIQUE

Lors de cette journée de randonnée en Joëlette, nous partirons aux confins Nord-Ouest du Tarn à la découverte de la forêt Domaniale de Grésigne et du village de Puycelsi que nous visiterons. Ce village fait partie des Bastides Albigeoises.



#### LES POINTS CLÉS

- ▶ **Durée du séjour** : 1 jour
- ▶ **Prix du séjour** :

Randonneur en Joëlette	Marcheur handicapé	Accompagnant Simple	Randonneur Pilote
85 €	72 €	38€	26 €

- ▶ **Nombre minimum** de participants : 10
- ▶ **Niveau : Peu Difficile+**  
de 200m à 300m de dénivelé + en moyenne et 3 à 4 heures de marche par jour, auxquelles il convient d'ajouter les arrêts et les pauses repas.
- ▶ **Randonnée avec sac à la journée.**  
Les sacs des personnes en situation de handicap sont fixés à l'arrière des Joëlettes.

#### Jusqu'à 18 participants

- 3 à 4 places en Joëlette,
- 1 à 2 places pour des marcheurs handicapés,
- 12 à 14 places pour les personnes valides.

#### ENCADREMENT

Romain FIGORITO  
Accompagnateur en Montagne DE

Code séjour : **RP20 15a**

## PROGRAMME PREVISIONNEL

L'organisation se réserve le droit de modifier l'objectif ou l'itinéraire pour des raisons de sécurité.

Pour cette journée de Randonnée nous partirons à la découverte de la Forêt de Grésigne , pour finir la randonnée par la visite de la Bastide de Puycelsi.

**4 h de marche - 12 km - dénivelé +250m et -250m - niveau PD+**

## RENDEZ-VOUS

*Les informations sur l'organisation détaillées seront transmises par mail quelques jours avant le départ.*

D'une façon générale :

<b>Départ</b>	Ponctualité nécessaire et appréciée.	
	<b>7h15</b>	<b>Parking de la Maison des Sports</b> , 190 rue Isatis – 31670 Labège. Vous pouvez y laisser votre voiture.
	<b>7h45</b>	<b>Parking PMR</b> de la station de <b>métro Ramonville</b> , terminus ligne B
<b>Retour</b> :	horaires indicatifs	
	<b>19h00</b>	Parking PMR de la station de métro Ramonville (terminus ligne B)
	<b>19h30</b>	Parking Maison des Sports, 190 rue Isatis – 31670 Labège

Pour **les personnes en situation de handicap**, il est recommandé

- de faire appel à un prestataire de transport adapté comme MOBIBUS, ou un taxi.  
ou de solliciter un participant valide qui pourrait venir vous chercher (la liste des participants est transmise à tous par mail environ 15 jours avant).
- D'organiser vos RDV pour **Labège**, à la Maison des Sports.
- **Sur demande**, et exceptionnellement, nous pouvons vous aider organiser un RDV

## TRANSPORT DU GROUPE

Départ et retour à Toulouse, avec 2 véhicules 9 places UMEN et covoiturage si nécessaire.

## REPAS

*Prévoyez votre pique-nique.*

## ASSURANCES

Responsabilité Civile incluse, se reporter aux [Conditions Générales](#) sur le site internet.

## INSCRIPTIONS

Voir la rubrique « [Comment s'inscrire](#) » sur le site internet

## MATERIEL COLLECTIF FOURNI

Pharmacie de premiers secours, matériel de cuisine complet, tentes collectives et tente mess pour le camping, les Joëlettes.

## EQUIPEMENT PERSONNEL DES PARTICIPANTS

Consultez nos conseils d'équipement "[marcheur](#)" ou "[non marcheur](#)" sur notre site internet

### *Équipement personnel minimum exigé - prêt pour le départ activité*

#### **Pour tous :**

Bouteille d'eau 1,5 - 2L  
Veste imperméable avec capuche  
Poncho  
Casquette - Lunettes de soleil Cat. 3  
Crème solaire Indice 50  
Gants chauds polaire - Bonnet  
Canif- gobelet - couverts  
Barres de céréales - fruits secs  
Mouchoir - papier toilette

⇒ Argent de poche pour des éventuels frais sur place

⇒ VOS PAPIERS : assurance personnelle (indications médicales...), carte d'identité, carte vitale, carte étudiant, carte d'invalidité, de stationnement.

#### **Marcheurs :**

Paire de chaussures de randonnée montantes et étanches  
Chaussettes de randonnée  
Sac de randonnée de 25 à 35L avec armature  
Pull Polaire  
Pantalon de randonnée  
Gants en polaire

#### **Non-Marcheurs :**

Chaussures fermées, étanches et amples  
Chaussettes épaisses  
Sac journée (besace conseillée) 15-20L  
Sac poubelle épais de 100L (protection des pieds)  
Pull Polaire + veste chaude (voir équipement conseillé)  
Pantalon ample et confortable type jogging (pas de jeans)  
Chèche ou châte ou tissu clair (couverture intégrale au soleil)  
Gants polaires (faciles à enfiler ou chaussettes en laine) - Tour de cou  
Pistolet-urinal (pour les Hommes)  
⇒ ***Nous ne prenons pas de fauteuil électrique pendant les séjours.***

**Pour contacter le responsable pendant l'activité : 06 05 07 88 72**

## **UNIVERS MONTAGNE ESPRIT NATURE**

UMEN - Maison des Sports – 190 Rue Isatis – 31670 LABÈGE  
05 62 24 18 18 ou 07 81 00 61 44 - [contact@umen.fr](mailto:contact@umen.fr) - [www.umen.fr](http://www.umen.fr)